

En God Familiestart

A purple silhouette of a man and a woman in profile, facing each other and kissing. The man is on the left, and the woman is on the right. The text is overlaid on the man's silhouette.

**Et tilbud om
støtte til
at finde vej i
forældrerollen**

Alle ønsker det bedste for deres barn. Og alle oplever at det til tider er svært. Det handler ikke om at være perfekt – men om at være god nok.

En God Familiestart er et tilbud om støtte til at finde sin vej i forældrerollen.

Kom godt fra start

En God Familiestart er et vejledningsforløb for gravide og familier med børn 0-2 år. Det kan foregå hjemme hos jer.

Forløbet består oftest af 8-10 besøg af en familievejleder, som er trænet i at vejlede forældre i, hvordan de styrker relationen til deres barn.

Vejledningen tager afsæt i netop din families hverdag. Udgangspunktet er det som I ønsker hjælp til, og med fokus på det som allerede går godt.

I forløbet vil du som forælder blive mere bevidst om egne ressourcer og styrker.

Forløbet er gratis.

Som forælder er du den vigtigste person i dit barns liv

Tryghed

For at kunne lære og udvikle sig har børn brug for en tryk base.

Oplevelsen af nærværende og kærlige forældre skaber tryghed i barnet. Når vores børn er trygge, har de mere overskud til at være i og udforske verden.





Støtte

Som forældre skal vi holde vores børn i hånden og hjælpe dem med at forstå og håndtere verden. Det er vigtigt, at vi hjælper barnet med at forstå, hvad det er barnet ser, oplever og føler. Det gør vi bl.a. ved at følge vores barns opmærksomhed og sætte ord på det, barnet er optaget af og udtrykker.

Udforsk verden

Børn har en naturlig nysgerrighed på verden og har brug for at opleve, at vi som forældre er trygge ved, at de undersøger omgivelserne. Der er en vigtig opgave i at give slip og lade barnet søge ud i verden. Vi støtter vores barn ved at sætte grænser på en positiv måde og hjælpe i de situationer, hvor barnet møder forhindringer, det ikke selv kan klare.



Giv dit barn de bedste muligheder. Vi ved fra forskning at en stærk og kærlig relation til dit barn på lang sigt har stor betydning for, hvordan det klarer sig videre i livet, fx i venskaber, skolegang og uddannelse.

En God Familiestart er et vejledningsforløb for dig og din familie, fx hvis

- du gerne vil blive bedre til at kunne aflæse og forstå dit barn
- du ønsker hjælp til bedre at kunne forstå dine egne reaktioner i forhold til dit barn
- du har svære ting med fra din egen opvækst
- du vil gerne have støtte til at opdrage dit barn i et samfund, som er anderledes end det, du selv kommer fra
- du føler dig alene med forældreopgaven
- du og din partner føler jer udfordrede i forhold til at finde fælles retning i forældrerollen

Du kan tale videre om vejledningsforløbet med den, som har givet dig folderen. Der er også mulighed for at få besøg af en familievejleder fra En God Familiestart. Sammen kan vi finde ud af om forløbet er noget for dig og din familie.



Børne- og Ungdomsforvaltningen
Indre By-Østerbro
IBOE@kk.dk